

พระ ไภษฐ วัชรา

ว่าที่ตี นายที่แล้ว เดินสุขทุกข์ นี่ถูนะ! ทุกข์ทุกที่เมื่อมี "ฉัน" จิตให้มันไว้ร่วมเกา เป็นสิ่ยเสื่อให้เป็นถูก ตามที่พอยในกองขยาย
ความชั่ว rá ที่ปลายรูป ก็ติดติด ปลดเปลือง ชีวิตที่ต้องมีความอ้างทางเป็นเพื่อน เสียงร้าวองที่มีอาจเพิกเฉย ให้ไทย

เดินสุขทุกข์

สิ่งสำคัญที่สุดคงมิใช่เท้า หากได้แก่ใจ เท้าจะเดินได้ก็แค่ไหนอยู่ที่รีบเป็นหลัก"

នរោះ

ព្រៃន
ការងារ
គ្រប់គ្រង

សេវា
ទិន្នន័យ
លេខេត្តក្រោម

ទិន្នន័យ





ISBN 978-974-484-266-4

หนังสือ เดินส์ทาก్ก

ผู้เขียน ประพิเศษ วิสาโล

◎ งานลินลีสิทธิ์โดยสำนักพิมพ์สารคดี ในนามบริษัทกรีฑาธิรัฐ กิจ จำกัด
ห้ามการลอกเลียนแปลงส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือ นอกจากจะได้รับอนุญาต
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๗๕๔๙
จำนวนพิมพ์ ๓,๐๐๐ เล่ม
ราคา ๑๕๐ บาท

ຄະພັບມືອງ

บรรณาธิการเล่ม : สวัสดิ์ อัศวไชยชาล

กองบรรณาธิการ : เพ็ญศรี จันทร์ประทีปเจาย นักบรรณาธิการ สถาบันวัฒนวิจิตร
วิรพา คุ้งครุทัศนีย์รัตน์

ออกแนวปฏิบัติและรับโกล์ม : นักธิโน สังฆ์สา

พิสูจน์คําขอ : กนกวรรณ โสภณวัฒนวิจิตร

ความคุ้มการผลิต : งานวิสาหกิริ

จัดพิมพ์ : สำนักพิมพ์สารคดี (ในนามบริษัทวิริยะธรรมกิจ จำกัด)

จัดจำหน่าย : บริษัทวิยะธุรกิจ จำกัด ๒๘, ๓๐ ถนนปรินายิก แขวงบ้านพานทอง
เขตพะนัง กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๔๘๙-๖๑๑๐, ๐-๒๔๘๙-๖๙๕๐-๒
โทรสาร ๐-๒๔๘๙-๓๐๐๗

เพลต : เอ็น. อาร์. พิล์ม โทร. ๐-๒๒๑๔-๗๕๕๙

พิมพ์ : ด้านสหราชการพิมพ์ โทร. ๐-๒๕๖๖-๑๖๐๐-๖

สำนักพิมพ์สารคดี

ผู้อำนวยการ : สุวพร ทองธิว ผู้จัดการทั่วไป : จำรงค์ ศรีนวล
ที่ปรึกษาภายนอก : สมพล ใจมพานทอง

ผู้อำนวยการฝ่ายตลาด/โซนฯ : นางมา หน้าชัยะ

ผู้อำนวยการฝ่ายศิลป์/ฝ่ายผลิต : จันรงค์ ศรีนวล ผู้จัดการฝ่ายตลาด : พิเชษฐ์ อัมมิน
ผู้ช่วยผู้จัดการฝ่ายตลาด : นิตยา ว่องไว ผู้ช่วยผู้จัดการฝ่ายผลิต : วรรณา วิริยะสกุล

๔
๓
๒
๑

ได้
“ปูຍ”
นันท์ชิติ ชัยรัตน์

ผู้เดินสู่ทุกข์อย่างเคียงไม้หลังกับชาวบ้าน
ด้วยความเสียสละและอุ่น盹
จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

คำปราศ

การดำเนินชีวิตไม่ต่างจากการเดินทาง บางครั้งก็ต้องเจอทั้งเดดและฟัน
หากหนีไม่พ้นหรือไม่มีอะไรรับ การเดินสู้แಡดสู้ฟันด้วยใจสูง หรือ
ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น ย่อมดีกว่าการเดินไปบ่นไป จะว่าไปแล้วแಡดหรือ
ฟันทำความทุกข์ให้เราน้อยกว่าใจที่หงุดหงิดหรือก่นด่าฟ้าดินเสียอีก
ในเมื่อไหน ๆ ร่างกายก็ต้องร้อนหรือเปี๊ยกอยู่แล้ว จะไปเพิ่มความทุกข์
ให้จิตใจทำไม่

การดำเนินชีวิตย่อมต้องมีความทุกข์มาแฝงพาน บางอย่างก็
สามารถหนีพ้น แต่ก็มีอีกหลายอย่างที่หนีไม่พ้น ในเมื่อมันเกิดขึ้นแล้ว
ไม่มีอะไรดีกว่าการยอมรับความจริงด้วยใจสูง และเดินหน้าต่อไปโดย
ไม่ระย่อหัวโดยต่อความทุกข์ที่มากระทบ พร้อมกับหาทางแก้ไขไปตาม
เหตุปัจจัย หรือนำความทุกข์เหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ เช่น สรุปเป็น
บทเรียนชีวิต หรือใช้เป็นเครื่องฝึกจิตให้เข้มแข็ง หรือมีสติให้ทันท่วงที

ชีวิตที่มีความสุขจึงไม่ใช่ชีวิตที่ปราศจากทุกข์ แต่คือชีวิตที่รู้จัก
เกี่ยวข้องกับความทุกข์อย่างถูกต้อง เช่น มองແงะบาก ไม่หมกมุ่นคุรุนคิด
กับสิ่งที่ผ่านไปแล้ว ไม่ผลอพลัดเข้าไปในอารมณ์ที่เป็นลบ และที่สำคัญ
คือรู้เท่าทันอัตตาที่คอยซักไอยู่เบื้องหลังการปรุงแต่งต่าง ๆ ที่ทำให้เป็น
ทุกข์ได้กับทุกเรื่อง ใช่หรือไม่ว่าถ้าไม่ปล่อยหรือปรุงให้อัตตามาเป็นใหญ่
คงจะใจ ก็ไม่มีแม้แต่ “ภูผู้ทุกข์” กล่าวอีกนัยหนึ่ง มีแต่ทุกข์ภายในนั้น
แต่ไม่มีทุกข์ใจ

เดินสู่ทักษ์ ประกอบด้วยบทความ ๒๐ ชิ้นที่เคยตีพิมพ์ในคอลัมน์ “รับอรุณ” และ “ริมธาร” ของนิตยสารสารคดีในช่วงปี พ.ศ. ๒๕๔๘-๒๕๕๑ เมื่อประเด็นจะหลากหลายและมีท่วงท่านองแตกต่างกันไปบ้าง แต่ก็มุ่งให้เห็นความสำคัญของมิติด้านจิตใจ พร้อมกับซักชวนให้หันมา มองตนเพื่อเห็นที่มาของความทุกข์ ขณะเดียวกันก็หวังว่าจะช่วยให้เห็น ธรรมชาติอีกด้านหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งสามารถเป็นพลังขับเคลื่อนให้เรา เดินสู่ทักษ์จนบรรลุถึงความสุขสวัสดิ์ได้

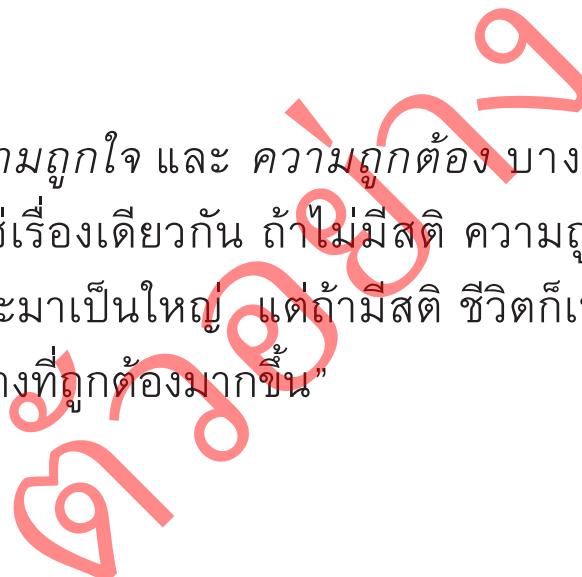
คอลัมน์ “รับอรุณ” และ “ริมธาร” เกิดขึ้นได้ก็ เพราะการริเริ่ม และซักชวนของคุณวันชัย ต้นติวิทยาพิทักษ์ บรรณาธิการนิตยสารสารคดี แต่ไม่อาจประกอบกันเป็นเดินสู่ทักษ์ได้หากขาดการดูแลเอาใจใส่ของ คุณเพญศิริ จันทร์ประทีปฉาย หัวหน้ากองบรรณาธิการ และคุณสุวัฒน์ อัศวไชยชาญ บรรณาธิการหนังสือเล่มนี้ จึงขอขอบคุณทุกท่านมา ณ ที่นี่

พระไฟศาลา วิสาโล^๖
“รินใจ”

๖ ตุลาคม ๒๕๕๑

สารบัญ

เข้าสีเย็นสาม	๙
เบื้องหลังการตูนไสซีอ	๑๖
จาริกบุญ ณ ขุนเขาศรีป่าทะ	๒๒
ปรับพื้นที่ให้ความดึงอกงาม	๓๑
ขยายใจให้ใหญ่ขึ้น	๓๗
อย่าให้ถูกกลایเป็นผิด	๔๖
วิหารของความยุติธรรม	๕๕
บ่าวที่ดี นายที่เลว	๖๔
เดินสักทุก步	๗๑
นีกูนะ!	๗๗
ทุก步ทุก步ที่เมื่อมี “ฉัน”	๘๗
จิตใหม่ในร่างเก่า	๙๕
เปลี่ยนผิดให้เป็นถูก	๑๐๔
ชุมทรัพย์ในกองขยะ	๑๑๓
ความชั่วร้ายที่ปลายจมูก	๑๒๐
ยืดติด	๑๓๑
ปลดเปลือง	๑๔๑
ชีวิตที่ต้องมีความอ้างว้างเป็นเพื่อน	๑๔๖
เสียงร้องที่มิอาจเพิกเฉย	๑๕๗
โถโซเช	๑๖๗
ประวัติและผลงานของพระไฟศาลา วิสาโล	๑๗๔



“ความถูกใจ และ ความถูกต้อง บางครั้งก็
ไม่ใช่เรื่องเดียวกัน ถ้าไม่มีสติ ความถูกใจก็
มักจะมาเป็นใหญ่ แต่ถ้ามีสติ ชีวิตก็เป็นไป
ในทางที่ถูกต้องมากขึ้น”



ເຊົ້າສີເຍັນສາມ

ຈາງຈື້ອ ປຣະຊູ່ຈິນໂບຣານ ໄດ້ເລຳນິທານຄັ້ນ ຖໍ່ເຮືອງທັນທີ່ເປັນທີ່ຮູ້ຈັກກັນດີ
ໃນໝູ່ຜູ້ສູນໃຈປະຫຼາດເຕົ່າ ນິທານເຮືອງນີ້ຂໍ້ວ່າ “ເຊົ້າສາມເຍັນສີ”

ເຊົ້າວັນທີ່ຄົນຝຶກລົງໄດ້ນົບອົກກັບລົງທັ້ງໝາຍວ່າ “ນັບແຕ່ວັນນີ້ໄປ^ຈ
ເຮົາຈະໃຫ້ລູກເກາລັດແກ່ເຈົ້າ ຕອນເຊົ້າ ກອງ ຕອນບ່າຍ ແລະ ກອງ”

ພວກລົງໄມ່ພອໃຈທີ່ໄດ້ຝຶກເຊົ້ານັ້ນ ດັ່ງນີ້ຈຶ່ງບອກວ່າ “ດໍາເຊັ້ນນັ້ນ^ຈ
ຕອນເຊົ້າຂ່າຈະໃຫ້ເຈົ້າ ແລະ ຕອນບ່າຍ ກອງ” ພຸດເຖິ່ນລົງທັ້ງໝາຍດົກພອໃຈ

ອ່ານແລ້ວໜາຍຄົນຄວດຫວ່າເຮົາລົງໄມ່ໄດ້ ເພຣະຂ້ອເສນອຂອງຄົນ^ຈ
ເລື່ອງລົງໃນຕອນໜີໄມ່ໄດ້ຕ່າງອວຍຈາກຕອນແຮກ ດຶງຍ່າງໄຣກ໌ໄດ້ກິນເກາລັດ^ຈ
ໆ ກອງເຖິ່ນ ແຕ່ລົງກັບເຫັນວ່າ “ເຊົ້າສີເຍັນສາມ” ນັ້ນເຂົ້າທ່າກວ່າ “ເຊົ້າສາມ
ເຍັນສີ”

ແຕ່ມາພິຈາറນາໃຫ້ ປ່ອຍຄັ້ງຄົນເຮົາກີດໄມ່ຕ່າງຈາກລົງໃນນິທານ^ຈ
ເນື່ອໄມ່ໄກ່ເດືອນມານີ້ ເຈົ້າຂອງໜາເຂີຍວ່າຂໍອັດໃນເມືອງໄກຍໄດ້ປັບປຸດ^ຈ
ຕາດທີ່ກັມພູ້ຈາກ ວິທີສົ່ງເສຣິມກາຮາຍຂອງໜາຢີ້ຫົ່ນກົດ້ອ ທີ້ອໍາ ແລະ ຂາວດ (ເທົ່າກັບ^ຈ
ຈ່າຍເງິນ ៤០ ບາທ) ແລະ ຕຸກຕາພີ່ ១ ຕັ້ງ

ປຣາກງວ່າຂາຍໄມ່ອົກເລຍ

หลังจากผ่านมาได้ ๑ วันเข้าสังเกตว่าเวลาพิธีกรโช้ว์ตุ๊กตาให้ดูบนเวที เด็กๆ ให้ความสนใจมากถึงกับตาเป็นประกาย เข้าจึงเปลี่ยนวิธีการใหม่ คือ ชื้อตุ๊กตา ๑ ตัว แต่มชาเชี่ยว ๒ ขวด ที่นี่ได้ผล คนเข้าคิวยาวเหยียด ตุ๊กตาเกือบครึ่งหนึ่งมีหมดไปภายในวันที่ ๒

ทั้งๆ ที่จ่าย ๕๐ บาทได้ตุ๊กตาและชาเชี่ยว ๒ ขวดเหมือนกัน แต่ผู้คนกลับเลือกซื้อตุ๊กตาและชาเชี่ยว มากกว่าซื้อชาเชี่ยวและตุ๊กตา

อะไรทำให้ “เข้าสีเย็นสาม” ดึงดูดใจลิงพอๆ กับที่ “ชื้อตุ๊กตาและชาเชี่ยว” ดึงดูดใจลูกค้า คำต่อไปนี้จะเป็นพระราوا ข้อเสนอทั้งสองนั้นนำหน้าด้วยสิ่งที่น่าสนใจมากกว่า และตามด้วยสิ่งที่น่าสนใจอยกว่า

อะไรก็ตามที่นำหน้าด้วยของขอบ และตามด้วยของที่ขอบน้อยกว่า มักจะได้รับความสนใจจากผู้คนมากกว่า เวลากินก๋วยเตี๋ยว คนส่วนใหญ่จึงชอบกินลูกชิ้นก่อน ส่วนเส้นค่อยกินทีหลัง น้อยคนที่กินเส้นก๋วยเตี๋ยวก่อน และค่อยยกภูเขาลูกชิ้นทีหลัง

จะกินลูกชิ้นก่อนหรือทีหลัง ถ้าว่าตามหลักเหตุผลแล้วก็ไม่ค่อยแตกต่างเท่าไหร่นัก เพราะในที่สุดก็ไดกินทั้งลูกชิ้นและเส้นเหมือนกัน แต่ถ้าพูดถึงความรู้สึกแล้ว กินลูกชิ้นก่อนย่อมหมายถึงการได้รับความอร่อยดีๆ อย่างก่อน คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยอยากรอเสพความอร่อยดีๆ อย่างก่อน

ปฏิเสธไม่ได้ว่าเวลาจะเลือกทำอะไรสักอย่าง ป่วยครั้งเรามักใช้ความรู้สึกนำหน้ามากกว่าเหตุผลหรือการคิดใคร่ครวญ จะว่าไปมันไม่ใช่เรื่องใหญ่หากเราใช้ความรู้สึกนำหน้าเวลา กินก๋วยเตี๋ยว ปัญหาเกิดคือเรามักใช้ความรู้สึกนำหน้าในการดำเนินชีวิตด้วย

ระหว่างสบายนอก ลำบากทีหลัง กับลำบากก่อน สบายทีหลัง

คนจำนวนไม่น้อยเลือกสบายไว้ก่อน ส่วนลำบากนั้นว่ากันทีหลัง ด้วยเหตุนี้ จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่เวลาเมืองกู้ที่ได้มาง่ายๆ หลายคนจึงขอภัยเอาไว้ก่อนทั้งๆ ที่ไม่มีความจำเป็น เงินที่กู้นั้นเอาไปทำอะไร คำตอบก็คือซื้อสิ่งพื้มเพื่อย อุปกรณ์อำนวยความสะดวก หรือเครื่องเสริมสร้างสถานภาพ เช่น โทรศัพท์มือถือ ดูยีน โทรศัพท์จอแบน เครื่องเล่นดีวีดี รถยนต์ ฯลฯ รู้ทั้งรู้ว่าดอกเบี้ยก็ไม่น้อย และไม่แน่ใจว่าจะหาเงินมาจ่ายหนี้ได้หรือไม่ แต่ภาระเหล่านั้นเป็นเรื่องอนาคต วันนี้ถ้าภัยมีแล้ววันสบาย มีสภาพอย่างก็ขอภัยก่อน

ไม่ใช่แต่เงินกู้หาง่ายเท่านั้น อบายมุขก็มีเสน่ห์ดึงดูดใจผู้คนด้วยเหตุผลเดียวกัน รู้ทั้งรู้ว่าสูบบุหรี่ กินเหล้า เล่นการพนัน เที่ยวผู้หญิงนั้นไม่ดี จะก่อปัญหาในอนาคต แต่ผู้คนก็ยังพากันเข้าหากอย่างอุ่นหนาฝาดังทั้งนี้ก็เพราะมันให้ความสุขเฉพาะหน้า ส่วนโรคภัยไข้เจ็บ หนึ้สิน ปัญหาครอบครัว ฯลฯ ค่อยไปว่ากันทีหลัง เพราะตอนนี้มันยังไม่เกิด

ความสุขสบายนั้นมักห้อมหวานมีเสน่ห์กว่าความสุขสบายวันหน้า ส่วนความทุกข์ในวันนี้ย่อมน่ากลัวกว่าความทุกข์ในวันหน้า ถ้าให้เลือกระหว่างลำบากวันนี้ กับเป็นเอ็ดสวนหน้า หญิงบริการจำนวนไม่น้อยตอบว่า “กลัวดีไม่กลัวเอ็ดส์” สำหรับหญิงเหล่านี้เอ็ดส์ไม่น่ากลัว ไม่ใช่ เพราะว่าเธอไว้วิธีป้องกันที่ได้ผลหรือรู้วิธีรักษา แต่เป็นเพราะเชื่อว่ากว่าปัญหาจะเกิดก็อีกนาน

น้อยคนเลือกที่จะยอมลำบากวันนี้เพื่อไปสบายในวันหน้า ลำพังการซื้อเด็กกว่า “รักดีหมายจัว รักชัวหมายเสา” ไม่มีน้ำหนักพอที่จะทำให้เด็กขยันเรียนได้ เพราะเด็กก็เหมือนกับผู้ใหญ่ (ที่ไม่ยอมเลิกบุหรี่แม้จะรู้ว่า

ทำให้เป็นมะเร็งและโรคสารพัด) คือคิดว่า วันนีขอสบายก่อน ส่วนวันหน้าจะทุกข์อย่างไรไปแก่ปัญหา กันทีหลัง ต่อเมื่อพ่อแม่หรือครูชี้เด็กว่าวันนี เธอจะถูกกลงโทษแน่ถ้าไม่ไปโรงเรียนหรือไม่ทำการบ้าน ถึงตอนนั้นแหล่เด็กจึงจะเขยิ่อนขยับ เพราะความทุกข์มาจ่ออยู่ตรงหน้าแล้ว

ลองมองให้ดีจะพบว่าพฤติกรรมของคนเรามักตั้งอยู่บนความคิด (ที่นำด้วยความรู้สึก) ว่า ขอสบายไว้ก่อน แม้ความสบายนั้นจะก่อผลเสียตามมาก็ไม่สนใจ เพราะยังอยู่อีกไกล ผู้คนชอบกินอาหารที่เรียกว่า “อาหารขยะ” และผลไม้ที่อร่อยสัญชาติ ทั้งๆ ที่รู้ว่ามันเต็มไปด้วยสารพิษ ซึ่งสามารถก่อมะเร็งและโรคนานาชนิด คราวๆ ที่รู้ว่าการดูดอาหารเหล่านั้นจะทำให้สุขภาพดีขึ้น ไม่เจ็บป่วยในวันข้างหน้า แต่น้อยคนที่จะยอมเลิกพฤติกรรมดังกล่าว เพราะความเอาจริงร้อยในวันนีมีน้ำหนักกว่าความทุกข์ในวันหน้า

ในทำนองเดียวกัน การยอมเห็นอยู่ออกกำลังกายวันนีจะช่วยให้ไม่มีปัญหารोยกัยในวันหน้า แต่คนส่วนใหญ่เลือกที่จะใช้ชีวิตตามสบายนั่นๆ นอนๆ มากกว่าจะไปวิ่งหรือเล่นโยคะ แม้รู้ว่าโรคหัวใจ โรคเก้าต์ โรคข้ออักเสบ และความเจ็บป่วยนานาชนิดอาจจะมาเยือน และรู้ทั้งรู้ว่า โรคเหล่านี้เป็นอันตรายก تمام เมื่อว่ากันตามเหตุผลก็เห็นได้ชัดว่าวิถีชีวิตแบบนี้จะสร้างปัญหาในอนาคต แต่ความรู้สึกอยากหยิบจวยความสบายนี้กลับมายังมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของเรามากกว่าเหตุผล หรือปัญญาอยู่เสมอ พุดอีกอย่างก็คือ เราลงให้ “ความถูกใจ” มาเป็นใหญ่เหนือ “ความถูกต้อง”

เมื่อมองให้ครอบคลุมถึงชีวิตทั้งกระบวนการ คราวๆ ที่รู้ว่าในที่สุด

หากจะต้องตาย พอยุดถึงความตายเราก็รู้สึกว่าเป็นเรื่องน่ากลัว และที่อาจจะน่ากลัวกว่านั้นก็คือสภาพร่างกายและจิตใจก่อนจะตาย ถ้าตายปุบปับก็คงไม่เป็นไร แต่ส่วนใหญ่จะตายอย่างช้าๆ ต้องเจ็บปวดทุกข์ ทรมานนานเป็นเดือนหรือเป็นปีกว่าจะหมดลม แม้รู้อย่างนี้แต่กลับมีน้อยคนที่พยายามเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อเผชิญความตายอย่างสงบ การฝึกฝนจิตใจด้วยสมារิภารนาและการพิจารณาความตาย (มรณสติ) อย่างสม่ำเสมอเป็นการเตรียมพร้อมอย่างหนึ่งที่ได้ผล แต่วิธีการดังกล่าวต้องใช้ความเพียรและความอดทนไม่น้อยไปกว่าการออกกำลังกายเป็นประจำ ไม่ต้องบอกก็รู้ว่าคนส่วนใหญ่เลือกที่จะสบายไว้ก่อน มากกว่าที่จะยอมลำบากวันนี้เพื่อไปสบายในวันข้างหน้า ดังนั้นจึงจะพยายามฝึกจิตฝึกใจ ไม่มีอะไรที่เป็นเครื่องช่วยรักษาใจในภาวะสุดท้ายของชีวิต ผลก็คือ คนส่วนใหญ่ตายอย่างทุกข์ทรมานแม้จะมีเทคโนโลยีต่างๆ มาช่วยเต็มที่ก็ตาม

เมื่อได้ที่ปล่อยให้ความรู้สึกเป็นใหญ่ เรายังมักเลือกเอาความสะดวกสบายหรือความสุขเฉพาะหน้าไว้ก่อน และไม่สนใจความทุกข์ที่จะตามมาภายหลัง บ่อยครั้งความทุกข์ที่ตามมาันหนักหนาสาหัสจนไม่คุ้มค่ากับความสุขสบายเฉพาะหน้าเลย คนที่เป็นเออดส์เพราเห็นแก่ความสุขชั่วแล้ว หรือคนที่ล้มละลาย ครอบครัวพังพินาศ เพราะติดเหล้าและการพนัน เป็นตัวอย่างที่เห็นชัด เป็นความจริงที่ว่าปัญญาหรือเหตุผลมักนีพลังน้อยกว่าความรู้สึก ความอยากรู้ได้ความสุขเฉพาะหน้ามากทำให้วิจารณญาณของเราบกพร่อง มันไม่เพียงทำให้เราเลือกทางที่ก่อทุกข์มหันต์ในภายหลังเท่านั้น หากยังทำให้ละเลยทางเลือกที่ดีกว่าหรือ

ให้ผลตอบแทนมากกว่า เพียง เพราะว่าประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นนั้นมาช้า
ไม่ทันใจ

เคยมีการสอบถามคนอเมริกันกลุ่มหนึ่งว่า ระหว่างการได้เงิน ๑๐ เหรียญในวันนี้ กับการได้เงิน ๑๑ เหรียญในอีก ๗ วันถัดไป เขาจะเลือกอะไร ปรากฏว่าคนส่วนใหญ่เลือกข้อเสนอันแรก ที่น่าสนใจก็คือเมื่อตรวจดูการทำงานของสมองของคนในขณะตัดสินใจ โดยให้เลือกระหว่าง การได้คูปองสินค้าที่มีมูลค่า ๕-๘๐ เหรียญในวันนี้ กับการรับคูปองที่มีมูลค่าเพิ่มขึ้น ๑-๕๐% ในอีก ๒ อาทิตย์ถัดไป ผู้วิจัยพบว่าคนที่เลือกเอากูปองวันนี้ เลยจะมีการทำงานเพิ่มขึ้นที่สมองส่วนที่เรียกว่าระบบลิมบิก ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ความรู้สึก ส่วนคนที่ขอรับคูปองที่มีมูลค่าเพิ่มขึ้นภายนอกจะมีการทำงานเพิ่มขึ้นที่เปลือกสมองส่วนหน้า (prefrontal cortex) ซึ่งเกี่ยวข้องกับการคิดหรือใช้เหตุผล งานวิจัยชิ้นนี้ เท่ากับยืนยันว่าคนที่เลือกเอากูปองประโยชน์เฉพาะหน้ามักตัดสินใจโดยใช้ความรู้สึก ขณะที่คนซึ่งใช้เหตุผลจะเลือกข้อเสนอที่ให้ผลประโยชน์มากกว่าแม้จะต้องรอ ก็ตาม

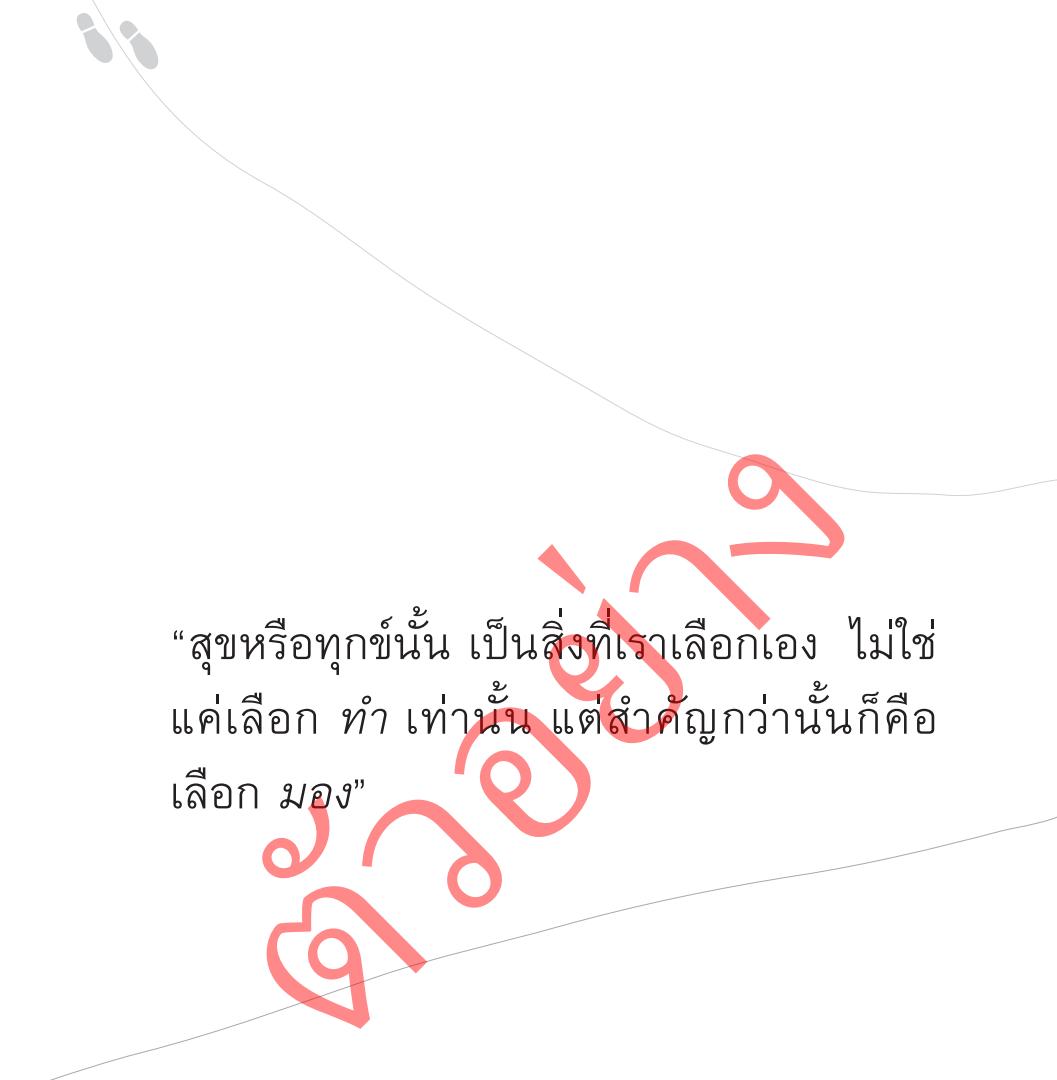
ถ้าไม่อยากให้ความรู้สึกเข้ามายกับการตัดสินใจของเรา มากเกินไป เราจำเป็นต้องมี “สติ” ให้มากขึ้น สติช่วยเตือนให้เรายังคิด และไม่ปล่อยใจไปตามความรู้สึกเสียหมด กล่าวอีกนัยหนึ่ง สติช่วยให้สมอง ส่วนหน้าเข้มแข็งปราดเปรียวขึ้น ไม่ถูกระบบลิมบิกครอบงำง่ายๆ ยิ่งถ้า รู้ว่าตัวเองมีแนวโน้มที่จะคิดหรือตัดสินใจตามความรู้สึก ก็จะยิ่งมีสติ มี ความระมัดระวังตัวมากขึ้น สติสามารถช่วยให้เรานำเหตุผลหรือปัญญา มาคุยกันหรือถ่วงดุลกับความรู้สึกได้ดีขึ้น “ความถูกใจ” และ “ความ

ถูกต้อง” บางครั้งก็ไม่ใช่เรื่องเดียวกัน ถ้าไม่มีสติ ความถูกใจก็มักจะมาเป็นใหญ่ แต่ถ้ามีสติ ชีวิตก็เป็นไปในทางที่ถูกต้องมากขึ้น

พูดเช่นนี้มิได้หมายความว่าความรู้สึกนั้นไม่ดี เพราะบางที่ความรู้สึกก็จำเป็นมากกว่าเหตุผล คุณเราถ้าใช้เหตุผลหมด ก็คงไม่ต่างจากหุ่นยนต์ โลกนี้คงสวยสดงดงามน้อยลง ปัญหาที่คือเวลาที่เราเอาร่วมรู้สึกมาเป็นใหญ่มากเกินไป จนทำให้ชีวิตเสียสมดุล และก่อปัญหารอ卜ตัวไม่ว่าปัญหาสิ่งแวดล้อม อาชญากรรม คอร์รัปชัน ท้องก่อ่นวัยเรียน จริยธรรมเสื่อมโทรม ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นเพราะเราปล่อยให้ความถูกใจมาเป็นใหญ่หนึ่อยความถูกต้อง

นิทานเรื่อง “เข้าสามเย็นสี่” จึงจึงต้องการแนะนำให้เราคนเลี้ยงลิงเป็นตัวอย่าง คนเลี้ยงลิงนั้นไม่ยึดติดกับความคิดของตนเอง และไม่ยอมเสียเวลาไปกับการถกเถียงลิง เพราะรู้ว่าเลี้ยงไปก็ไม่มีประโยชน์ เพียงแค่ยกเยื่องข้อเสนอสักหน่อยก็ได้ผลแล้ว

แต่อันที่จริง ลิงในนิทานเรื่องนี้ก็สอนอะไรเราได้มากมาย จะว่าไปแล้วลิงในเรื่องนี้ก็คือกระจาดะที่สอนตัวเราเอง ดังนั้นจึงไม่ควรผลีผลามหัวเราะเยาะลิง เพราะนั่นจะเท่ากับหัวเราะเยาะตัวเองไปด้วย



“สุขหรือทุกข์นั้น เป็นสิ่งที่เราเลือกเอง ไม่ใช่
แค่เลือก ทำ เท่านั้น แต่สำคัญกว่านั้นก็คือ
เลือก มอง”

เบื้องหลังการ์ตูนสีชีว

มีนักอ่านการ์ตูนน้อยคนที่ไม่รู้จัก ชาร์ลี บรารวน์ เด็กหัวกลมตัวเล็ก และสนูปบี หมาพันธุ์บีเกิล ซึ่งเป็นตัวเอกของการ์ตูนชุด “พินัฟส์” การ์ตูนชุดนี้เป็นขวัญใจของคนทั่วโลกติดต่อกันมานานถึง ๕๐ ปีแล้ว แม้ผู้เขียนคือ ชาร์ลส์ ชูลส์ (Charles Schulz) จะจากโลกนี้ไปเกือบทศวรรษ

เสน่ห์ของพินัฟส์อยู่ที่ความไร้เดียงสาแต่ซ่างครุ่นคิด (หรือ “แก่เดด”) ของเด็ก ๆ และความน่าดราม่าของเจ้าสนูปบี ซึ่งสามารถเรียกเสียงหัวเราะจากผู้อ่าน หรือชวนให้นึกขันอยู่ลึก ๆ เด็ก ๆ เหล่านี้มีบุคลิกที่แตกต่างกันไป แต่ที่ประทับใจผู้คนย่อมหนีไม่พ้น ชาร์ลี บรารวน์ ผู้มีความเหงาครองใจ ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง และมักถูกเพื่อน ๆ กลั่นแกล้ง ซ้ายยังเป็นลูกไอล์ของเจ้าสนูปบีอยู่เนื่อง ๆ (ทั้ง ๆ ที่เขาเป็นเจ้านายของมัน) คงเป็นเพราะผู้อ่านจำนวนมากรู้สึกว่า ชาร์ลี บรารวน์ เป็นภาพตัวแทนของตน ตัวละครตัวนี้จึงเป็นขวัญใจของคนทั่วโลก

คนหนึ่งที่เห็นตัวเองอยู่ใน ชาร์ลี บรารวน์ คือชูลส์นั่นเอง ชูลส์เคยให้สัมภาษณ์ว่า ตอนเป็นเด็ก เขาถูกเด็กโตทำร้ายอยู่บ่อย ๆ ไม่ค่อยมีเพื่อน ครั้นเป็นวัยรุ่นก็ล้มเหลวใน “ทุกเรื่อง” เขายังไงไม่ได้สักอย่าง

จีบผู้หญิงก็ไม่เคยสำเร็จ เขาเคยพูดถึงตัวเองว่า “โง่ น่าเบื่อ และอ่อนแอ” ดูเหมือนว่าชีวิตของเขายังแต่เล็กจนโตเต็มไปด้วยประสบการณ์ที่น่าเจ็บปวด

น่าแปลกใจที่เมื่อมีคนไปสัมภาษณ์เพื่อนวัยเด็กของเขาว่า ไม่มีใครสักคนที่จำได้ว่าเขาเคยถูกกลั่นแกล้งแรงๆ แบบนั้น ในขณะที่เขามักพูดอยู่เสมอว่า “ไม่เคยมีใครเห็นความสามารถของเขาระในวัยเด็ก เพื่อนๆ กับครูเก่าๆ กลับพูดตรงกันว่า เขายอดเด่นกว่าใครในเรื่องรวด谷爱凌

ความรู้สึกในแง่ลบเกี่ยวกับชีวิตในวัยเด็กประทับแน่นในใจเขามั่นใจว่าเสียงก้องโลก เขากังวลถึงประสบการณ์อันหม่นหมองในวัยเด็กอยู่บ่อยๆ จนคราวๆ ก็คิดว่าชีวิตของเขายังเป็นเช่นนั้นจริงๆ จนเมื่อหนังสือชีวประวัติเล่มใหม่ของเขามิพ่อมาเมื่อเร็วๆ นี้ (*Schulz and Peanuts: A Biography* โดย David Michaelis) ชีวิตในวัยเด็กและวัยรุ่นของชูลส์ที่ผู้เขียนนำเสนอกลับตรงข้ามกับเรื่องเล่าของเขาวัยเยาว์ของเขามีได้ต่างจากคนอื่นๆ เท่าใดนัก

เป็นไปได้หรือไม่ว่า ในความเป็นจริงชีวิตของเขามีได้ย่ำแย่กว่าครอเรลย์ อาจมีบางช่วงบางเหตุการณ์ที่ไม่น่าภูมิใจ แต่ด้านดีๆ ก็มีอีกมากมายเฉพาะคนทัวร์ไป และเมื่อมองในภาพรวมแล้วก็ราบรื่นพอสมควร แต่ความที่ชูลส์ปกใจอยู่กับประสบการณ์ด้านที่ไม่น่าชื่นชม และหวานระลึกนึกถึงมันอยู่บ่อยๆ ในขณะที่ด้านดีของชีวิตนั้นเขากลับมองข้ามไป เขายังรู้สึกว่าชีวิตในอดีตของเขานั้นหม่นหมองเสียเหลือเกิน

เหตุการณ์หนึ่งซึ่งฝังใจเขามากก็คือ การถูกปฏิเสธผลงานขณะที่เรียนไฮสกูล ปืนนั้นเขาได้รับการสนับสนุนจากครูผู้หนึ่งให้วัดภาพเพื่อ

ตีพิมพ์ในหนังสือประจำปีของโรงเรียน แต่ภาพของเข้าเป็นภาพร่วมสมัย ซึ่งไม่ตรงกับสไตล์เก่าแก่ของหนังสือจึงไม่ได้รับการตีพิมพ์ เหตุการณ์ ครั้งนั้นสำหรับคนทั่วไป โดยเฉพาะนักวัดมีอยู่ใหม่ย่อมถือเป็นเรื่องธรรมดា แต่เขารู้สึกเจ็บปวดขึ้น และฝังใจกับมันนานหลายทศวรรษ

การเลือกจำแต่เหตุการณ์ท่านองนี้ทำให้เขารังสรรค์ตัวเองขึ้น มาว่าเป็นคนที่ล้มเหลว โดยเดียว ไม่มีคนเข้าใจ และไม่ได้รับความเป็น ธรรม ภาพดังกล่าวติดลึกฝังใจมาโดยตลอด และหล่อหลอมบุคลิกของ เขายังคงลายเป็นคน omnibus ขาดความเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่ตั้งงานว่า ในชีวิตนี้ “ผมไม่คิดว่าจะมีความสุขได้”

ชีวิตของเรานั้นไม่ต่างจากกระดาษขาวที่มีจุดดำอยู่มากมาย แต่ส่วนใหญ่แล้วพื้นที่สีขาวย่อมมีมากกว่าพื้นที่สีดำ เราจะสุขหรือทุกข์ เพียงใด ส่วนหนึ่งอยู่ที่ว่าเราจะเลือกมองหรือหันระลึกถึงสีขาวหรือจุดดำ มากกว่ากัน หากเห็นแต่จุดดำก็ต้องสรุปว่าชีวิตนี้ช่างเต็มไปด้วยความ หม่นหมอง แต่หากเห็นสีขาวมากกว่าก็ย่อมเกิดความพึงพอใจในชีวิต หรือมองโลกในแง่ที่สดใส ใช่หรือไม่ว่าชูลส์เลือกที่จะมองแต่จุดดำ โดย ไม่สนใจสีขาวเลย

จับจวนระสูดท้ายของชีวิต ขณะที่นอนป่วยด้วยโรคมะเร็ง ชูลส์ ก็ยังพูดถึงชีวิตวัยเด็กของเขาว่าตatk เป็นลูกไอลและถูกกลั่นแกล้งเป็นประจำ ทั้งยังอယากจะแก้แค้นเด็กที่เล่นงานเขาเมื่อหลายสิบปีก่อนโน่น ดูเหมือน ว่าความสำเร็จอย่างล้นหลามและชื่อเสียงก้องโลกที่เขารับในฐานะนัก วาดชั้นนำตลอด ๕๐ ปี ไม่ได้ช่วยให้เขามีความสุขมากขึ้น หรือสามารถ บดบังความทุกข์ที่ก่อตัวในชั่วไม่กี่ปีของวัยเด็กเลย ทั้งๆ ที่ความสำเร็จ

และชื่อเสียงเป็นสิ่งที่เขาหมายหามาตั้งแต่เลิกงานโต (แม้มีชื่อเสียงระดับโลกแล้ว เวลาไม่ประชุมนักเขียนการ์ตูน เขายังติดป้ายชื่อปงบอกตัวตนอยู่เป็นประจำ) แต่ไม่ได้ทำให้เขาพึงพอใจในชีวิต หรือพาเขายหลุดพ้นจาก การหลอกหลอนของภาพตัวตนในอดีตได้เลย